想要获取更多资源吗?

点击上方图片，即可进入修行资料中心，探索浩如烟海的佛经经典、禅修指南、开示讲记以及实修方法等珍贵内容。这里汇集了助您精进修行的各类资源，无论您是初学者还是资深修行者，都能在此找到滋养法身慧命的甘露法雨，开启智慧，增长福德，成就菩提！

冻死不攀缘，
饿死不化缘；
穷死不求缘，
随缘不变，不变随缘，
抱定我们的三大宗旨。
舍命为佛事，
造命为本事，
正命为僧事，
即事明理，
明理即事，
推行祖师一脉心传。

参禅要克服痛关

我们是来这里参禅，而不是来这里混光阴。
一九八二年一月一日 至八日禅七 开示于万佛圣城万佛宝殿

今天是新年，我祝各位新年快乐。本来这是世间的风俗，我们出世的人，不应该再有这种习气。可是，要知道我们大家还在这个世界上，如果和世间距离太远，那么，和人的距离也远了。所以还是依世俗之礼，向你们说一句「新年快乐」。又说一首偈颂：

今逢一九八二年，十方聚会来参禅；
回光返照观自在，万佛城中选圣贤。

新年是快乐，我们参禅，应该得到禅悦为食，以参禅作为饮食。真正参禅的人，吃饭或未吃饭？忘了。穿衣服或未穿衣服？忘了。睡觉或未睡觉？忘了。参到极点处，上不知有天，下不知有地，中不知有人，和虚空合成一体，到无人、无我、无众生、无寿者的境界。既然是这样子，那么，腿痛也不怕痛了，腰酸也不怕酸了，一切一切，都要用忍耐功夫来忍受着。既无人、无我、无众生、无寿者，那又有谁在痛呢？尤其是这种痛要过关，痛过去就不知痛。如果过不了关，便总是在痛中。若过了关，不但不知痛，而且非常自在，非常快乐。

「参禅」这一法门，没有再比它更妙的，能得到禅悦为食，法喜充满的境界。因为这个缘故，所以古来参禅的人，可以连坐几天，不起于座。那么，他的腿痛不痛？当然痛啊！可是他能忍受着。能忍人所不能忍的，能受人所不能受的。他有一种勇猛精进的力量，只知向前进，不知向后退，所以才有成就。

参禅要有忍耐心，那是开悟的本钱。好像做生意一样，有了本钱，生意才能发展，才有希望赚大钱。我们参禅，要克服痛关。通过痛关，过了关之后，光明大道就在眼前，直达明心见性的境界。没有过关时，好像「山穷水尽疑无路」的境界；过了关，好像「柳暗花明又一村」的境界。我们参禅，要有「舍不了死，换不了生；舍不了假，换不了真；舍不了苦，得不了乐。」的精神，才能有所成功。

若能把困苦艰难的关打破，然后才能得到另外一种境界。因为这个缘故，所以我们要专一其心来参禅。各位注意！我们是来这里参禅，而不是来这里混光阴。要拿出真正的志愿来参，拿出真正的忍耐来做。要知道世间的事，没有不劳而获的。没有出力，而想得到代价，哪有这样容易的事？那是痴人妄想，不可能的事。非得拿出真正的力量来，才能有所成就。新年大家都有新希望，希望今年开悟，希望大家向这个目标迈进，若不到开悟的境界，不停止参禅。

上一页 下一页